



FICHE PARRAINAGE PASS 2023/2024 N° 140

Cette fiche est à destination des étudiants engagés dans le parcours accès spécifique santé (PASS) au cours de l'année 2023/2024.

NOM : CRENN
Prénom : Baptiste
Filière : Medecine

Mention au bac et type de bac (spécialités et options si bac général, ST2S...) :

Mathématiques/Physique-Chimie + option mathématiques expertes

Quelle était ta mineure l'année dernière ?

MPI

L'année avant ton PASS où étais-tu ?

- Au lycée
 Autre (à préciser) :

Au lycée quel(le) genre d'élève étais-tu ?

- Sérieux(euse) et travailleur(euse)
 Bon(ne) élève
 Flemmard(e) et pas très motivé(e)
 Mauvais(e) élève

Pendant le PASS, où est-ce que tu habitais ?

- Chez tes parents
 Dans un appart seul
 Dans un appart en coloc

Si tu étais en coloc, avec qui vivais-tu ?

- Avec un ou des ami(s) également en PASS
 Avec un ou des ami(s) en études de santé ou en L.AS mais pas en PASS
 Avec un ou des ami(s) qui n'éta(en)t pas en santé
 Avec un ou des membre(s) de ta famille

Si tes parents habitent loin, à quel rythme rentrais-tu ?

- Tous les week-ends, trop besoin de la famille
 Un week-end sur deux
 Une fois par mois
 Seulement aux vacances ou en périodes de révisions

As-tu suivi une prépa ou le tutorat au cours de l'année ?

- Tutorat seulement
 Prépa seulement
 Prépa & Tutorat

L'été avant le PASS...

- Tu as bossé tes cours mais tu regrettes de l'avoir fait
- Tu as bossé tes cours et ça t'a aidé
- Tu as profité de tes vacances jusqu'au bout, sans mettre ton nez dans les cours (hors stage de pré-rentrée) !

As-tu fait un stage de pré-rentrée avant le PASS ?

- Oui, au tuto
- Oui, dans une prépa
- Non, les vacances jusqu'au bout !

Étais-tu un(e) PASS stressé(e) ?

- Extrêmement stressé(e), ça m'empêchait même de dormir parfois
- Stressé(e) mais en général j'arrivais à contrôler ça
- Moyennement stressé(e), surtout à la fin du semestre à l'approche du concours
- Pas stressé(e) du tout, j'étais cool pendant les deux semestres !

A quelle fréquence allais-tu en cours ?

- Tout le temps, ça m'aidait à comprendre et à apprendre
- Quasiment tout le temps, sauf pour les cours qui me paraissaient inutiles
- Souvent, sauf quand j'avais trop de retard
- Des fois, je n'allais que à ceux qui m'intéressaient ou qui semblaient difficiles
- Rarement, les cours en présentiel c'était pas du tout pour moi
- Jamais, je n'avais pas envie de perdre du temps !

Où est ce que tu travaillais en général ?

- A la BU (ma deuxième maison)
- Chez moi : la tranquillité avant tout !
- Les deux

Avais-tu des loisirs en PASS ?

- Oui régulièrement, c'était indispensable pour moi
- Oui parfois quand j'en ressentais le besoin
- Non, ça me stressait trop de perdre du temps !

Si oui peux-tu décrire un peu plus ? Quels étaient tes loisirs (sorties, sport...), à quelle fréquence, etc ?

Mes loisirs étaient :

- les matchs de foot en physique au début du semestre à Francis le Blé
- Tout les matchs de foot en streaming tout au long de l'année même en période d'examen de Brest et du PSG
- Course à pied 1 à 2 fois par mois
- Vidéos Youtube tout les soirs pendant 1h avant d'aller dormir toute l'année

Quelle était l'organisation de ta journée-type (nombre d'heures de travail par jour, pauses, cours/colle/prépa...)?

8h-10h puis pause 15 min

10h15 - 12h30 puis Repas de 40 min + sieste de 20 min

13h30 - 16h30 puis pause de 15 min

16h45- 19h30 puis Repas de 1h

20h30- 22h45/23h + Pause match dans la journée en fonction de l'horaire de celui-ci

Combien d'heures travaillais-tu par jour lorsqu'il y avait cours et tuto/prépa dans la semaine (hors week-end) et à quel rythme (pauses...)?

Journée cours 4h de cours le matin: 3h de travail de 13H15 à 16h15 puis 15 min de pause puis ~ 1h30 de travail puis colle à 18h. Au retour de colle: ~ 1h de travail après la colle quand c'est possible.

Combien d'heures travaillais-tu par jour pendant le week-end et à quel rythme (pauses, ...)?

8h-10h puis pause 15 min

10h15 - 12h30 puis Repas de 40 min + sieste de 20 min

13h30 - 16h30 puis pause de 15 min

16h45- 19h30 puis Repas de 1h

20h30- 22h45/23h + Pause match dans la journée en fonction de l'horaire de celui-ci

Combien d'heures travaillais-tu par jour pendant les périodes de révisions et à quel rythme (pauses, ...)?

Pareil que le week end sauf après mangé ou je faisais que des QCM

Combien avais-tu d'heures de sommeil par nuit en moyenne? Une différence entre les deux semestres?

Entre 7 à 8h au S1 je dormais 8h et progressivement je dormais 7h à la fin du S2

Comment organisais-tu ton travail et tes révisions (méthode des J ou au feeling, type de mémoire...) ? Décris comment la révision d'un cours se déroulait pour toi.

8h-12h Cours

à ~12h15 Repas de 40min + sieste de 20min

13h15 - 16h30 Travail des cours du matin puis pause de 15 min 16h45- 17h50 Travail des J

18h- 21h00-30 Colle

21h40-22h Repas

22h- 23h Travail des J

J'utilisais la méthode des J, j'ai une mémoire visuelle qui me permettait de retenir les pages de cours comme une photo. Avant de lire une page j'essayais de compléter sur une feuille à côté de ce que je me rappelais de celle-ci, ça permet d'éviter un apprentissage passif juste en lisant et de mieux retenir les informations sur le long terme. La compréhension selon moi doit être favorisée au maximum au lieu d'apprendre par cœur bêtement même si des fois on a pas le choix.

Comment as-tu ressenti cette année en général ? As-tu eu des moments difficiles ? Une fois l'année finie, estimes-tu que le PASS t'a apporté quelque chose ?

Avec du recul ça a été une belle expérience ou je me suis découvert des capacités que je ne pensais pas avoir (capacité de travail, détermination...). Pas de moments très difficiles, des hauts et des bas mais j'ai toujours su me ressaisir (grâce à la famille, mes amis) pour me donner les moyens d'arriver à mon objectif la P2.

Et le mot de la fin ! Que dirais-tu aux PASS pour les encourager et les motiver à affronter cette année ?

Les PASS je vous donne toute ma force et le courage pour cette année, entourez vous bien, trouvez quelque chose qui vous fait décompresser car la santé psychique est très importante pour maintenir les efforts et garder la motivation au cours de cette année intense. Soyez efficace dans votre travail et n'oubliez pas de dormir.